



DK IP 12 – Selvbesættelsens trekant

Dette er en oversættelse af litteratur, godkendt af
NA Fællesskabet.

Copyright © 2009
Narcotics Anonymous

Alle rettigheder forbeholdes

Når vi bliver født, er vi kun bevidste om os selv – vi er hele universet. Vi opfatter stort set kun vores egne basale behov, og hvis disse behov imødekommes, så er vi tilfredse. Efterhånden som vores bevidsthed udvikles, bliver vi opmærksomme på verdenen omkring os. Vi opdager, at der er mennesker, steder og ting omkring os, som opfylder vores behov. På dette tidspunkt begynder vi også at kunne genkende forskelle og udvikler præferencer. Vi lærer at ville have, og vi lærer at vælge. Vi er centrum i et voksende univers, og vi forventer at blive forsynet med de ting, vi har behov for, og de ting, vi vil have. Vores kilde til tilfredsstillelse skifter fra basale behov, der bliver mirakuløst imødekommet, til opfyldelse af vores ønsker.

De fleste børn kommer via erfaring over en tidsperiode til at indse, at verdenen uden for dem selv ikke kan opfylde alle deres behov og ønsker. De begynder at supplere det, der er givet til dem, med deres egen indsats. Efterhånden som deres afhængighed af andre mennesker, steder og ting formindskes, begynder de at sørge mere og mere for sig selv. De bliver mere selvforsynende og lærer, at glæde og tilfredsstillelse kommer indefra. De fleste fortsætter med at modnes: De indser og accepterer deres styrker, svagheder og begrænsninger. På et tidspunkt søger de fleste normalt hjælp af en Magt større end dem selv til at forsyne dem med det, de ikke selv kan skaffe. For de fleste mennesker er det en naturlig proces at blive voksen.

Men som addicts vakler vi hen ad vejen. Vi synes aldrig at vokse fra barndommens selvcentrering. Vi synes aldrig at nå frem til den selvtilfredshed, som andre finder. Vi forsætter med at være afhængige af verdenen omkring os, og vi nægter at acceptere, at vi ikke vil få alt. Vi bliver selvbesatte – vores ønsker og behov bliver til krav. Vi når til et punkt, hvor tilfredsstillelse og tilfredshed er umuligt. Mennesker, steder og ting kan umuligt udfylde tomrummet inde i os, så vi reagerer på dem med modvilje, vrede og frygt.

Modvilje, vrede og frygt danner selv-besættelsens trekant. Alle vores karakterdefekter stammer fra disse tre reaktioner. Selvbesættelse er kernen i vores vanvid.

Modvilje er måden, som de fleste af os reagerer på vores fortid med. Det er gentagelsen af tidligere erfaringer igen og igen i vores tanker. Vrede er måden, som de fleste af os håndterer nutiden med. Det er vores reaktion på og fornægtelse af realiteterne. Frygt er det, vi føler, når vi tænker på fremtiden. Det er vores svar til det ukendte: en bagvendt fantasi. Alle disse tre ting er udtryk for vores selvbesættelse. De er måden, hvorpå vi reagerer, når mennesker, steder og ting (fortidige, nutidige og fremtidige) ikke lever op til vores krav.

I Narcotics Anonymous får vi en ny måde at leve på og et nyt sæt redskaber. Det er De Tolv Trin, og vi arbejder med dem efter bedste evne. Hvis vi forholder os clean og lærer at praktisere disse principper i alt, hvad vi foretager os, så sker der et mirakel. Vi finder frihed – fra stoffer, fra vores addiction og fra vores selvbesættelse. Modvilje bliver erstattet med accept, vrede bliver erstattet med kærlighed, og frygt bliver erstattet med tro/tillid.

Vi har en sygdom, der til sidst tvinger os til at søge hjælp. Vi er heldige, at vi kun får et valg – en sidste chance. Vi må bryde selvbesættelses trekant – vi må blive voksne eller dø.

Måden, som vi reagerer på mennesker, steder og ting med:

Negativ

Modvilje
Vrede
Frygt

Fortiden
Nutiden
Fremtiden

Positiv

Accept
Kærlighed
Tro/tillid